



11月のひろば通信

2022年10月26日 子どもの森保育園

日が暮れるのが早くなり少しずつ季節の移り変わりを感じます。木々の葉の赤や黄色に目を奪われたり、大小様々な形のドングリを見つけたり、秋の散歩はとても楽しいですね。親子でぜひ秋探しに出掛けてみてください。

この時期は体調を崩しがちです。風邪予防の為に家にもお家に帰ったら親子で一緒に、せっけんでの手洗いや、うがいをして元気に過ごしましょう。

11月の予定



いもほり

11月10日(木) 10:30~11:30

★10月25日(火) 予約開始

誕生会

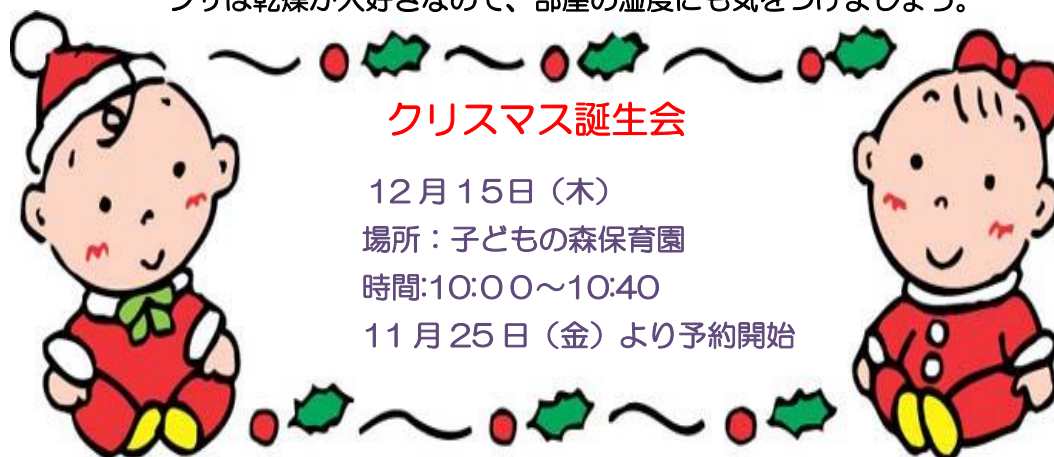
11月17日(木) 10:00~10:40

場所：子どもの森保育園ホール

★10月25日(火) 予約開始

～インフルエンザや風邪の予防について～

- ◆規則正しい生活・・・夜更かしをせず睡眠時間をたっぷりとりましょう。
- ◆手洗い・・・外出から帰ったときや食事の前に石鹸でしっかり洗い、乾いたタオルで拭きましょう。
- ◆うがい・・・のどについたウイルスは短期間のうちに細胞が侵入してしまうため、うがいで全部は洗い流せませんが、ふだんからうがいをしていると粘膜が強くなります。うがいは風邪をひく前から習慣にするのが効果的です。最近の調べで、予防だけのためにはイソジンより水道水のうがいがあるそうです。
- ◆環境・・・感染の機会を少なくするために、人ごみは避けるようにしましょう。また、インフルエンザは乾燥が大好きなので、部屋の湿度にも気をつけましょう。



クリスマス誕生会

12月15日(木)

場所：子どもの森保育園

時間:10:00~10:40

11月25日(金)より予約開始